



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE - FACES

MARCELO GHASSAN MASSOUH

ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Brasília
2014

MARCELO GHASSAN MASSOUH

**ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA
NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

Trabalho de conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial à
obtenção do grau de Licenciatura em
Educação Física pela Faculdade de
Ciências da Educação e Saúde Centro
Universitário de Brasília – UniCEUB.
Orientador: Msc. Maurílio T. Dutra

Brasília
2014


MARCELO GHASSAN MASSOUH

ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Trabalho de conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial à
obtenção do grau de Licenciatura em
Educação Física pela Faculdade de
Ciências da Educação e Saúde Centro
Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 16 de Junho de 2014.

BANCA EXAMINADORA



Orientador: Msc. Maurílio T. Dutra



Examinador: Msc. André Arantes



Examinador: Msc. Darlan Farias

RESUMO

A Educação Física vem evoluindo bastante. Especificamente nas escolas, tem se difundido diversas abordagens de ensino, que na realidade carecem de uma aplicação eficiente, dentre elas a Aptidão Física. O objetivo deste estudo é aprimorar a visão da abordagem da Aptidão Física nas escolas, citando sua realidade, vantagens e desvantagens de sua aplicação. Para realizar este estudo foi feita uma revisão bibliográfica de publicações produzidas entre 1995 e 2013. A educação física é a área de maior responsabilidade para promover o desenvolvimento humano por meio da atividade física. Na abordagem da Aptidão Física, tem se a responsabilidade não somente de promover o exercício físico, mas de promover hábitos presentes e futuros de um estilo de vida saudável. É observado a importância da abordagem da aptidão física para todos, tanto ricos como pobres, na zona rural ou na cidade. Necessitando apenas, da adaptabilidade do professor ao abordar a influência da situação sócio-político econômica dos indivíduos, para terem um estilo de vida saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Aptidão Física. Educação Física Escolar. Saúde.

ABSTRACT

Physical education has greatly evolved. Specifically in schools, has spread various approaches methods to teaching, which in reality require an efficient implementation, among them the Physical Fitness. The objective of this study is to enhance the vision of the Physical Fitness approach in schools, citing their reality, advantages and disadvantages of their application. To perform this study, a literature review of publications produced between 1995 and 2013. Physical education is the area of greatest responsibility to promote human development through physical activity. In Physical Fitness approach method the responsibility is not only to promote the physical, but also to promote habits present and future of a healthy lifestyle. It was noted the importance of physical fitness approach method for all, both rich and poor, in the countryside or in the city. Requiring only, the adaptability of the teacher to address the influence of socioeconomic and political situation of individuals, to have a healthy lifestyle.

KEYWORDS: Physical Fitness. School Physical Education. Health.

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física vem evoluindo bastante, em todas as suas diversidades. Especificamente na Educação Física Escolar, têm se destacado várias concepções, as quais foram difundidas em abordagens de ensino. Diversos autores criaram essas abordagens, que se complementam, em suas mais variadas formas de enfatizar o exercício físico como estilo de vida (GONÇALVES, 2005).

Se por um lado o âmbito teórico de abordagens vem evoluindo bastante, pelo outro lado a realidade brasileira, ainda carece da aplicação dessas abordagens, visto que, comumente as aulas de Educação Física (EF) são focadas em um esporte específico por um período, se não, o ano letivo inteiro (FERREIRA, 2001).

Entretanto, a literatura relata abordagens ricas, que partem do princípio filosófico, outras do princípio fisiológico, como também do princípio lúdico, por exemplo. Em meio a tantos princípios e abordagens é comum pensar que competitivamente haverá uma específica, que será melhor. Mas, observa-se que todas as abordagens fazem parte como um todo, de uma visão coerente e complementar, em suas devidas especificidades (AZEVEDO; SHIGUNOV, 2000).

Essas abordagens, também chamadas de propostas pedagógicas se dividem em alguns aspectos. Darido (1998, p. 64) e Souza Júnior (1999, p. 21) citados por Azevedo e Shigunov (2000), dividiram em duas grandes abordagens: preditivas e não-preditivas. Preditivas (concebem uma nova concepção de Educação Física, definem princípios norteadores de uma nova proposta). Não-preditivas (abordam a Educação Física, sem estabelecer parâmetros, princípios norteadores e metodologias para o seu ensino)

Nas abordagens não-preditivas estão: Crítico Emancipatória de Elenor Kunz , Humanista de Vitor Marinho de Oliveira, Psicomotricista de Airton Negrine & Mauro Guiselini, Sistêmica de Mauro Betti e Tecnicista de Moacir B. Daiuto. Já dentre as abordagens preditivas temos: Aulas Abertas de Hildebrandt & Laging, Construtivista de João Batista Freire, Crítico Superadora de um coletivo de autores, Desenvolvimentista de Go Tani, Educação Física Plural de Jocimar Daiolio, e Aptidão Física de Markus V. Nahas e Dartagnam P. Guedes. (AZEVEDO; SHIGUNOV, 2000).

O objetivo do presente trabalho é aprofundar a discussão e o estudo das possibilidades de aplicação da abordagem da Aptidão Física no âmbito da EF escolar, ressaltando seus pressupostos teóricos e práticos.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Esse trabalho consistiu em uma busca pela literatura científica, nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico e Bireme. Foram utilizadas as seguintes palavras-chave: aptidão física; educação física escolar; abordagens; saúde.

A análise da literatura incluiu artigos publicados do período de 1995 a 2013 em língua portuguesa e inglesa.

Os artigos foram pesquisados já com o foco específico do assunto que será abordado, com comprovações semelhantes e contraditórias de determinados temas nos artigos.

Após a realização de uma leitura de caráter exploratório, identificando e selecionando os artigos mais adequados, foram feitas diversas releituras afim de se obter uma visão mais analítica dos artigos, e então obter aspectos comparativos da totalidade dos artigos.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 Contexto histórico e visão geral das abordagens

Para melhor entendimento da abordagem da Aptidão Física, é necessário apresentar sucintamente, os pressupostos das diversas abordagens de EF que surgiram no contexto da década de 1980. Até então a única abordagem da EF, era o tecnicismo (GONÇALVES, 2005).

A inserção da EF, aplicada as escolas no Brasil, teve sua influência maior da medicina e das instituições militares. Medicina pela promoção de saúde e educação para a saúde. E influencia militar pelo motivo da virilidade (força) nacionalista/patriota (BRATCH, 1999).

Nesse período a EF (no sentido lato) possuía um papel importante no projeto Brasil dos militares, ligada ao desenvolvimento da aptidão física e esportiva. Aptidão física porque era considerada importante para a capacidade produtiva da classe trabalhadora do país. Aptidão esportiva para se destacar como nação desenvolvida e por contribuir também com a aptidão física do país (BRATCH, 1999).

No final dos anos 70 e início da década de 80, a concepção que se tinha da EF no contexto supracitado começou a mudar, na medida em que estudiosos queriam achar mais justificativas para a aplicação da EF nas escolas. Isso se deu com o início dos cursos de pós-graduação na área da EF e o regresso dos primeiros brasileiros doutorados no exterior. Além disso, com o fim da ditadura militar no Brasil, aumenta a procura por cursos de pós-graduação de diversas áreas e ainda um crescimento considerado de publicações, eventos e congressos na área da EF. Esses fatos proporcionam um aumento da discussão científica para a prática da EF escolar (GONÇALVES, 2005).

Azevedo e Shigunov (2000) descrevem brevemente todas as abordagens pedagógicas de EF criadas naquele contexto, conforme o Quadro 1:

Quadro 1 – Resumo das abordagens de Educação Física Escolar

Aulas Abertas	É quando os alunos participam das decisões em relação aos objetivos, conteúdos e âmbitos de transmissão ou dentro deste complexo de decisão
Construtivista - Interacionista	A intenção é propor interações com o aluno, explorando diversas possibilidades educativas de atividades lúdicas e espontâneas, evoluindo sua complexidade para melhora do conhecimento
Crítico - Emancipatória	Focada no ensino dos esportes. É necessário orientar o ensino para não existir a imagem negativa do esporte como autoritário e domesticador
Crítico - Superadora	Busca entender com profundidade o ensinar. Criando possibilidades para sua produção crítica, para assimilação dos conhecimentos, valorizando a contextualização dos fatos e do resgate histórico.
Desenvolvimentista	Especialmente a crianças de 4 a 14 anos. Oferece experiências de movimento adequadas a sua fase de crescimento e desenvolvimento, aprimorando suas habilidades motoras específicas.
Educação Física Plural	Encara o movimento humano como habilidade, independente dos esportes. Não escolhendo técnica específica para definir o "certo" ou "errado" ao aluno. Foca-se em ofertar uma base motora adequada ao aluno, independente de um esporte específico.
Humanista	Utiliza do movimento para promover principalmente a identidade e valor do aluno. Logo a atividade passa a ser um mero instrumento, e o professor, o agente educador do processo.

Psicomotricista	Utiliza da atividade lúdica para evoluir o aspecto psicomotor do aluno. Analisando e interpretando o jogo infantil, e seu significado.
Sistêmica	Utiliza da atividade física para oferecer melhor discernimento do meio cultural. Considera o mais importante na aprendizagem, de conteúdos diversos e de atividades variadas no mundo do movimento, como alicerce para a melhoria da cidadania.
Aptidão Física	Busca-se principalmente a conscientização sobre os benefícios da atividade física. Formando alunos cientes e com um estilo de vida saudável

Fonte: Azevedo e Shigunov, 2000.

Como mencionado anteriormente, o presente trabalho aprofundará, a seguir, os pressupostos teóricos e práticos da abordagem da Aptidão Física no contexto escolar.

3.2 Conceito e aplicações da abordagem da Aptidão Física

Atualmente o exercício físico é visto de forma popular como benéfico à saúde. De fato, se bem orientado e realizado, o exercício físico traz inúmeros benefícios salutar, vistos na prática como por exemplo: melhora da capacidade funcional, aspectos físicos, melhora da dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais e saúde mental (MACEDO et al., 2003). Visando o seu melhor desenvolvimento buscou-se uma abordagem pedagógica que popularize muito bem esse objetivo nas aulas escolares de EF, a abordagem da Aptidão Física (FERREIRA, 2001).

Conceituando a Aptidão Física, pode ser definida como a capacidade de realizar esforços físicos que possam garantir a sobrevivência das pessoas em boas condições orgânicas no meio ambiente em que vivem (GUEDES; GUEDES, 1995).

A EF é a área de maior responsabilidade para promover o desenvolvimento humano através da atividade física. Especificamente nas escolas, tem a exclusividade de se relacionar com o desenvolvimento motor e aptidão física para a saúde e bem estar de todos os alunos (NAHAS et al., 1995).

Em 1999, Guedes comentou sua percepção da utilização da abordagem da Aptidão Física, e constatou que embora o conceito teórico de exercício físico, seja amplamente provado, na prática, a educação para a saúde nunca foi levada em conta como objetivo a ser perseguido de forma sistemática e efetiva no contexto

escolar. Sendo assim, jovens encerram o período de escolarização com pouco ou nenhum conhecimento direcionado a manutenção e a preservação da saúde.

Foi demonstrado que estímulos adequados tendem a desenvolver conhecimentos, habilidades, atitudes e hábitos que podem diminuir a inatividade física na vida adulta (SILVA; MARTINS; SILVA, 2013). Não obstante, Guedes e Guedes em 1997, perceberam que os programas de EF escolar estudados eram formados na maior parte do tempo apenas para atividades esportivas, apresentando então uma limitada relação com os objetivos educacionais, a educação na promoção de saúde.

A EF escolar tem um importante papel para os alunos não só dentro do ambiente escolar como também fora, influenciando de maneira efetiva toda uma cultura de estilo de vida saudável. Segundo Silva, Martins e Silva (2013), o Colégio Americano de Medicina do Esporte recomenda que os programas de EF escolar devem focar mudanças da educação e do comportamento, incentivando atividades apropriadas também fora das aulas.

Logo, considera-se a importância da Abordagem da Aptidão Física, não somente a aplicação exclusiva da prática desportiva como conteúdo, mas fundamentalmente alcançar metas em termos de promoção da saúde. Feitas pelo planejamento e aplicação de experiências adequadas, não limitando apenas a tornar crianças e jovens mais ativos fisicamente, mas sim de leva-las a ter um estilo de vida saudável também quando adultos. (AZEVEDO; SHIGUNOV, 2000).

Nahas e colaboradores (1995), mencionam que para aumentar a possibilidade de influência ao comportamento futuro dos alunos após o período escolar, devem ser oferecidos mais conhecimentos, estimular atitudes benéficas, proporcionar independência e oportunizar experiências de atividades físicas agradáveis, que permitam que a prática seja continuada, mesmo após o ensino médio.

As aulas de EF deveriam então, ser estruturadas de forma a enfatizar um ou poucos objetivos específicos por período, estabelecendo uma progressão contínua na complexidade de experiências. Isso faz muito mais sentido, além de ganhar mais respeito da comunidade (NAHAS et al., 1995).

Nahas e Corbin (1992) apud Silva, Martins e Silva (2013), defendem a ideia da divisão de etapas para a educação efetiva na EF escolar. Na primeira etapa, as crianças devem ser fisicamente ativas desde cedo, e que as atividades desenvolvidas devem ser adequadas para a faixa etária, além de serem atividades agradáveis. Na segunda etapa, consiste no desenvolver da aptidão física relacionada a saúde. Na terceira etapa se refere a instrução da educação para a saúde, para que o indivíduo possa escolher padrões pessoais que possam conduzi-los a hábitos ativos por toda a vida. Na quarta e penúltima etapa, insere-se a auto avaliação, sendo a capacidade de avaliar a própria condição física. E finalizando, a quinta e última etapa, seria a autodeterminação, a resolução dos problemas pessoais, para que o adolescente no fim da escolarização, se torne fisicamente ativo.

Haywood apud Markus Nahas et al. (1995), afirmou: “Se a EF existisse apenas para atingir objetivos imediatos, especialmente exercícios físicos durante as aulas, a natureza dos programas seria outra, e a necessidade de professores especializados seria menor.”

Nos acostumamos a achar que o conceito de saúde, se refere apenas a fatores biológicos. Porém a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1948, definiu saúde não apenas como a ausência de doença, mas como uma situação de perfeito bem-estar físico, mental e social. Embora pareça simples esta definição, devemos reconhecer que passa de uma definição extremamente ampla e abstrata, fazendo-se pouco operacional, tendo em vista que perde-se na sua abrangência onde tudo cabe e nada concretamente se pode encontrar (MARQUES; GAYA, 1999).

Mesmo com esse objetivo de diminuir os fatores de risco à saúde, os escolares nas aulas de EF, além das práticas saudáveis, devem entender a saúde como um direito para a vida e garantia de cidadania (SILVA; MARTINS; SILVA, 2013). Fazendo então, a Aptidão Física relacionada a saúde, uma ferramenta multifacetada de bem estar (MARQUES; GAYA, 1999).

Desta forma, esta nova abordagem percebe um novo objetivo no direcionamento educacional, não apenas justificando a aptidão física relacionada a saúde por ela mesma, mas sim, algo mais amplo, onde o indivíduo é parte integrante de todo um processo de envolvimento com o meio (FERREIRA, 2001).

A educação para a saúde deverá ser alcançada mediante intervenções que possam envolver o próprio indivíduo, e suas atitudes frente as “exigências ambientais” representadas pelos hábitos alimentares, estado de estresse, opções de lazer, atividade física, agressões climáticas etc. (SILVA; MARTINS; SILVA, 2013).

3.2.1 Aptidão Física na ciência e nas pesquisas de campo

Diversos estudos demonstram que o baixo nível de aptidão física está relacionado a um maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares e de mortalidade por todas as causas, para homens e mulheres (DUMITH; AZEVEDO JÚNIOR; ROMBALDI, 2008).

Já com relação a atividade física e obesidade, por exemplo, pesquisas tem demonstrado que combinações de hábitos nutricionais e programas regulares de exercícios aeróbios melhoram a resistência cardiovascular e composição corporal. Não apenas isso, mas de modo geral, influencia parâmetros bioquímicos plasmáticos, de forma a levar a diminuição de gordura e aumento da capacidade de trabalho (CONTE et al., 2000).

Diversos testes motores tem sido administrados na tentativa de se obter resultados quantitativos perante o desempenho. Sem dúvida alguma, análises desse tipo são extremamente úteis quando a intenção é desenvolver comparações intra e interpopulações, permitindo assim, uma visão mais precisa quanto a grandeza das diferenças que possam surgir (GUEDES; GUEDES, 1995). Essas análises conduzem a afirmações como: 50% dos rapazes analisados em Londrina – Paraná, aos 14 anos de idade, não conseguiram correr mais do que 198 metros por minuto. Ou, enquanto por volta de 90% das moças norte americanas de 17 anos realizaram até 36 repetições no teste abdominal, não mais que 50% das londrinenses obtiveram o mesmo resultado (GUEDES; GUEDES, 1995).

Porém, como limitação desse procedimento analítico, não consegue oferecer elementos que possam contribuir para esclarecer se os resultados apresentados realmente evidenciam níveis suficientes em relação a saúde. Exemplos dos casos supracitados: quantas repetições no teste abdominal são necessárias para moças de 17 anos demonstrarem níveis de força/resistência satisfatórios em relação a saúde? Ou, quão rápidos rapazes de 14 anos devem correr para demonstrar

eficiência quanto a resistência cardiorrespiratória que possa refletir níveis aceitáveis direcionados a saúde? (GUEDES; GUEDES, 1995)

Entretanto, Guedes em 1995, demonstra que a questão de interesse, é identificar se cada jovem individualmente é capaz de alcançar padrões previamente estabelecidos, acusando possíveis distorções existentes quanto aos níveis de prática, da atividade física e/ou na dieta, tornando-se uma opção mais indicada no contexto da saúde. Guedes 1995, cita Blair et al. 1990, ao dizer que os altos índices de desempenho motor associados a quantidades mínimas de gordura corporal são recomendados para os jovens que almejam ter sucesso na prática de esportes competitivos, porém não são necessariamente relacionados com os índices satisfatórios de saúde.

Sendo assim, é importante a interpretação correta dos resultados dos testes de aptidão física no intuito de verificar diferenças entre as populações de diferentes classes socioeconômicas.

Em 2001, Ferreira comenta que embora considere um progresso a abordagem da aptidão física, esta não está isenta de críticas. Segundo o autor, o movimento da aptidão física relacionada a saúde considera a existência de uma cultura homogênea, na qual todos têm a possibilidade de escolher seus estilos de vida, o que não condiz com a realidade. Vivemos numa sociedade dividida em classes sociais, no qual nem todas as pessoas tem condições econômicas para adotar um estilo de vida ativa e saudável.

Não obstante, a visão de que apenas o exercício físico está relacionado com a saúde, obscurecendo outros determinantes da saúde, é uma visão reducionista, que não considera os hábitos alimentares como questão, além de não se mostrar suficiente para sua relação de compromisso com a saúde. Logo, tratar o indivíduo como problema e o exercício físico como única solução para a saúde, detêm na visão do autor, de uma culpabilização da vítima, principalmente ao focar na população de baixa renda familiar (FERREIRA, 2001)

Como solução, o autor comenta que a abordagem que considerasse os determinantes sociopolítico-econômicos da questão, deslocaria parte da responsabilidade do indivíduo por sua situação de vida para o conjunto da

sociedade, ao mesmo tempo que o habilitaria a lutar por mudanças sociais. (FERREIRA, 2001)

3.2.2 Aptidão Física na riqueza e na pobreza

Considerando as diversidades socioeconômicas e a distribuição de renda, um problema relativamente comum, como uma deficiência alimentar, pode provocar importantes alterações nos níveis de crescimento de uma população, tendo um impacto negativo também em seu processo de desenvolvimento (SERASSUELO JÚNIOR et al., 2005).

Serassuelo Júnior et al., 2005, realizaram uma pesquisa de campo com crianças de baixo nível socioeconômico e demonstrou resultados de aptidão física abaixo das condições mínimas desejáveis, sobretudo com relação ao desempenho neuromuscular e a resistência cardiorrespiratória.

Comenta-se que a participação de crianças e adolescentes na geração de renda familiar, além de reduzir a oportunidade de esses jovens praticarem atividades físicas como uma forma de lazer, pode no futuro resultar em uma geração de adultos sedentários, e com isso aumentar potencialmente o risco de disfunções metabólicas e crônico-degenerativas (SERASSUELO JÚNIOR et al., 2005).

Diversas investigações têm sido conduzidas, principalmente em crianças e adolescentes, afim de analisar os indicadores da aptidão física relacionada a saúde, por meio de adiposidade corporal e desempenho motor. Acredita-se que esses estudos possam fornecer valiosas informações para análise do estilo de vida adotado em diferentes sociedades, tanto no passado como no presente, além de possibilitar previsões para o futuro, principalmente no que diz respeito a promoção de saúde e controle de doenças. (RONQUE et al., 2007)

Devido ao interesse crescente por jogos, diversões e brincadeiras passivas, diversas crianças e adolescentes permanecem por diversas horas do dia diante de aparelhos de televisão e microcomputadores. Nesse sentido as classes sociais que mais vem sendo atingidas por esse fenômeno, são as mais favorecidas economicamente (RONQUE et al., 2007).

A partir deste princípio, Ronque e colaboradores fizeram em 2007, uma pesquisa de campo para escolares de alto nível socioeconômico. Este estudo indicou a maior prevalência de alunos acima (~25%) do que abaixo (~11%) dos critérios de saúde estabelecidos para a variável da adiposidade corporal. Verificou também, que apenas um baixo número de crianças investigadas (~17%) conseguiu atingir os pontos de corte preestabelecidos para um nível satisfatório de aptidão física relacionada a saúde.

A partir deste estudo, indica-se que apesar da condição socioeconômica favorável, as crianças estudadas parecem estar incorporando comportamentos de risco a saúde em idades precoces. Sugere-se então a necessidade de criação de políticas públicas voltadas a educação para a saúde já nas fases iniciais de escolarização, já que parte dos hábitos de vida começam a ser construídos nessa fase.

3.2.3 Aptidão Física na cidade e na zona rural

O mundo moderno da zona urbana oferece diversos dispositivos eletrônicos como o computador, o vídeo game e a televisão, que com o uso excessivo, acabam por deixar outras atividades inclusive as físicas, em função do conforto que é trazido por eles. Já na zona rural, o estilo de vida abrange a liberdade de explorar locais, dando uma vida mais ativa fisicamente, e ao ambiente natural. Diferente do ambiente da zona urbana, onde vivem em apartamentos e ambientes fechados (TRENTIN, 2013).

Logo, mais uma dicotomia é existente, quando se compara o desempenho da aptidão física presente entre escolares da zona urbana e escolares da zona rural. Motivos não faltam para pesquisar diferenças de desempenho, já que a vida domiciliar de ambos, são bem diferentes (TRENTIN, 2013).

Em 2013, Trentin realizou uma pesquisa de campo, afim de se obter resultados quantitativos e qualitativos de alunos de 2 escolas, da zona rural e da zona urbana. E constatou que os alunos da zona rural apresentaram melhores desempenhos na flexibilidade, força abdominal, salto horizontal e aptidão cardiorrespiratória. Mediante a isto, demonstraram estar fisicamente mais ativos do que os alunos da área urbana.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com a literatura pesquisada, a abordagem da Aptidão Física apresenta inúmeras vantagens e boa aplicação prática. Encontrados em várias pesquisas de campo, os principais benefícios incluem a melhora da aptidão cardiorrespiratória, flexibilidade, força abdominal, redução da adiposidade corporal, melhora da capacidade funcional, melhora da dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais, saúde mental e muitos outros.

Já entre as desvantagens, temos a culpabilização da vítima, como aponta Ferreira em 2001, dizendo que o olhar menos cuidadoso para a situação socioeconômica do indivíduo, reforçaria essa culpa. Fazendo assim com que a pessoa se sinta impotente em não conseguir se adequar ao estilo de vida totalmente saudável, implantada nas aulas.

No entanto, para que essa abordagem da Aptidão Física funcione efetivamente para todos, deve se levar em conta uma reflexão, com todos os indivíduos, de toda estrutura sócio político-econômica envolvida em cada caso. Passando assim, o indivíduo compreender não só a melhor forma de se obter saúde através de práticas saudáveis de exercício, como também a compreensão de todos os fatores sócio político-econômicos influentes neste processo.

Dessa maneira, percebe-se que essa abordagem de Educação Física escolar constituiu uma boa escolha quando se trata de Educação para a saúde no ambiente escolar.

5 REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Edson Souza de; SHIGUNOV, Viktor. Reflexões sobre as abordagens pedagógicas em Educação Física. **Kinein: Revista de Estudos do Movimento Humano**, Florianópolis, v. 1, n. 1, set./dez., 2000.

BRACHT, Valter. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. **Cadernos Cedes**, ano XIX, v.19, n. 48, ago., 1999.

CONTE, Marcelo et al. Influência da massa corporal sobre a aptidão física em adolescentes: estudo a partir de escolares do ensino fundamental e médio de Sorocaba/SP. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 6, n. 2. mar./abr., 2000.

DUMITH, Samuel; AZEVEDO JÚNIOR, Mario; ROMBALDI, Airton. Aptidão Física Relacionada à Saúde de alunos do ensino fundamental do município de Rio Grande, RS. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 14, n. 5, p. 454-459, 2008.

FERREIRA, Marcos Santos. Aptidão física e saúde na educação física escolar: ampliando o enfoque. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan., 2001.

GONÇALVES, Viviane Oliveira. Concepções e tendências pedagógicas da educação física: contribuições e limites. **Revista Eletrônica de Educação do Curso de Pedagogia do Campus Avançado de Jataí da Universidade Federal de Goiás**, v. 1, n.1, jan./jul., 2005.

GUEDES, Dartagnan. Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar. **MOTRIZ**, v. 5, n. 1, jun., 1999.

GUEDES, Dartagnan; GUEDES, Joana. Aptidão física relacionada a saúde de crianças e adolescentes: Avaliação referenciada por critério. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 1, n. 2, p. 27-38, 1995.

GUEDES, Dartagnan; GUEDES, Joana. Atividade física, aptidão física e saúde. **Revista Brasileira de Atividade e Saúde**, v. 1, n. 1, p. 18-35, 1995.

GUEDES, Joana; GUEDES, Dartagnan. Características dos programas de educação física escolar. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 49-62, jan./jun., 1997.

MACEDO, Christiane de Souza Guerino et al. Benefícios do exercício físico para a qualidade de vida. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 8, n. 2, p. 19-27, 2003.

MARQUES, Antônio; GAYA, Adroaldo. Atividade física, aptidão física e educação para a saúde: estudos na área pedagógica em Portugal e no Brasil. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 13, n. 1, p. 83-102, jan./jun., 1999.

NAHAS, Markus et al. Educação para atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 1, n. 1, p. 57-65, 1995.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference**, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, n. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. Disponível em: <<http://www.who.int/about/definition/en/print.html>>. Acesso em 25 abr. 2014.

RONQUE, Enio et al. Diagnóstico da aptidão física em escolares de alto nível socioeconômico: avaliação referenciada por critérios de saúde. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 13, n. 2. mar./abr., 2007.

SERASSUELO JUNIOR, Helio et al. Aptidão física relacionada à saúde em escolares de baixo nível socioeconômico do município de Cambé/PR. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 16, p. 5-11, jan./jun., 2005.

SILVA, Salatieu; MARTINS, Eduardo; SILVA, Franscisco. A saúde na educação física: uma revisão sobre a prática escolar. **Periódico Científico Projeção e Docência**, v. 4, n. 1 p. 29-35, 2013.

TRENTIN, Tiago. **Diferenças dos níveis de aptidão e atividade física de alunos de escolas rurais e urbanas.** 2013. Disponível em:
<<http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/2013>>. Acesso em: 26 abr. 2014.


CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de Autoria

Eu MARCELO GHASSAN MASSOUH, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a idéia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 06 de JUNHO de 2014.



Orientando



CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

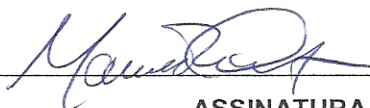
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, MAURÍLIO DUTRA,
declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) MARCELO GHASSAN MASSOUH no trabalho de
conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília –
Uniceub.

Brasília, 09 de junho de 2014.


ASSINATURA

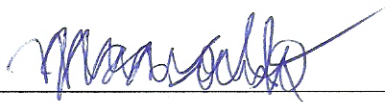


AUTORIZAÇÃO

Eu, MARCELO GHASSAN MASSOUH

RA 21047383, aluno (a) do Curso de EDUCAÇÃO FÍSICA do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 10 de junho de 2014.



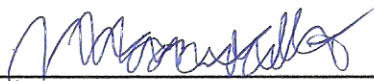
Assinatura do Aluno

FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, MARCELO GHASSAN MASSOUH me responsabilizo
pela apresentação do TCC intitulado ABORDAGEM DA
APTIDÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

no dia 16 / 06 do presente ano, eximindo qualquer
responsabilidade por parte do orientador.

Aluno	RA
Marcelo Ghassan Massouh	21047383



ASSINATURA



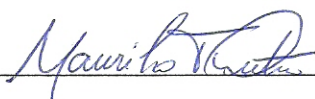
FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho

ABORDAGEM DA APTIDÃO FÍSICA
NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

autorizar sua apresentação no dia 16/06 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Orientador

